



Steve Troxler  
Commissioner

North Carolina Department of Agriculture  
and Consumer Services  
*Food and Drug Protection Division*

Joseph W. Reardon  
Director

## **Nuestros niños aumentan las estadísticas de obesidad**

La División de Alimentos y Medicinas del Departamento de Agricultura y Servicio al Consumidor de NC, en su ánimo de contribuir con una mejor calidad de vida en la comunidad hispana, desea resaltar el problema de la obesidad, como un problema alimenticio que requiere ser atendido por padres, educadores y medios de comunicación. La obesidad es un problema complejo pues es el resultado de una combinación de distintos tipos de factores.

### **La historia de la familia Rosales**

Estela y Antonio llegaron a los Estados Unidos hace 12 años atrás. Anita, la hija mayor, tenía apenas dos años. Hoy es una adolescente y cuida de sus dos hermanos menores: Miguel (9 años) y Carlita (6 años).

Estela Y Antonio recientemente compraron su soñada casa. Les costó 12 años de esfuerzos y sacrificios. Ambos trabajan un promedio de 14 horas diarias. Ambos trabajan en la misma hamburguesería. El duplica su horario para ganar horas extras. Ella, luego del trabajo limpia casas.

Estela y Antonio no tienen tiempo para cocinar y alimentar apropiadamente a sus hijos. De cualquier manera, a sus pequeños no les gusta el picante y rechazan la comida típica de sus padres, prefieren comer pizzas y hamburguesas. Anita y Miguel son obesos y Carlita tiene sobrepeso.

Estela y Antonio no comprenden este gusto de sus hijos por las comidas rápidas, pero se resignan. De cualquier manera no pueden comprar frutas y verduras con mucha frecuencia, porque acá resultan demasiado caras.

Estela y Antonio no comen mucha comida rápida pero también tienen bastante sobrepeso. La combinación de demasiados tacos y tortillas con poca fruta y vegetales, exceso de trabajo y poco ejercicio da como resultado un problema de obesidad también entre los hispanos adultos. Existe además el agravante de que la mayor parte de los niños obesos se convierten en adultos obesos.

## **La obesidad en la comunidad Hispana de los Estados Unidos**

La obesidad se ha más que duplicado en los últimos 25 años, convirtiéndose así en el problema de salud infantil más grave de los Estados Unidos. Sin embargo, el problema no es igualmente grave en todos los grupos étnicos y sociales.

De acuerdo con el estudio ejecutado por Mathematica Policy Research Inc, basado en el estudio de 2,452 niños nacidos en 75 hospitales de Estados Unidos, y que cumplieron 3 años entre el 2001 y el 2003, los niños y niñas estadounidenses de origen latino son más propensos a convertirse en obesos a los 3 años de edad, que sus pares de raza negra o blanca. Mientras que el nivel de obesidad de los niños Afro americanos de esa edad es de 16% y, el de los niños de origen Anglo americano es de 14%, el nivel de obesidad de los niños latinos alcanza el 25%.

Tener exceso de peso pone a nuestros niños y niñas en riesgo de contraer enfermedades crónicas que antes se consideraban de adultos, como: diabetes tipo II, enfermedades del corazón, alta presión arterial, hipertensión y artritis.

El predominio de la diabetes tipo II entre los niños latinos es dos o tres veces mayor que entre los niños de raza blanca no hispanos. Los jóvenes de ascendencia mexicana tienen una tasa especialmente alta.

## **Las niñas corren mas peligro que los niños de ser obesas**

En la actualidad, niños, niñas y adolescentes americanos, de todas las razas, son físicamente menos activos que las generaciones anteriores. La atracción que despierta en ellos la computadora con todas sus posibilidades y, el televisor, los lleva a permanecer demasiado tiempo sentados y, esto trae como consecuencia un índice mayor de obesidad.

En la comunidad hispano-latina el problema se agrava en el caso de las niñas. De acuerdo con los estudios realizados por el Departamento de Educación, solamente el 36% de las niñas hispanas en segundo año de escuela secundaria participa en deportes inter escolares, en comparación con un 52% de niñas no hispanas en el año escolar 2001-2002.

Las niñas hispanas de hogares con altos ingresos también tienen una participación significativamente menor en deportes y atletismo que las niñas no hispanas.

Casi el 60% de las niñas latinas no son físicamente activas, no efectúan actividades físicas en su tiempo libre.

Para mayor información comuníquese con la División de Alimentos y Medicinas del Departamento de Agricultura y Servicio al Consumidor: 919-733-7366 (237).